

CARACTERÍSTICAS ANTROPOMÉTRICAS EN VOLEIBOLISTAS UNIVERSITARIOS DE SALA

**Cipriano Martínez Martínez, Alfredo
Sanmiguel Regino, René Rodríguez Medellín,
Daniel Chapa Guadiana, y Pedro Romualdo
García Marino**

**Facultad de Organización Deportiva, Universidad
Autónoma de Nuevo León**

La participación en un determinado deporte es asociada con unas características antropométricas y composición corporal, existiendo desde hace muchos años un interés científico por intentar definir las posibles diferencias estructurales entre atletas de diferentes modalidades deportivas, en este sentido, en lo que al voleibol se refiere, diversos parámetros antropométricos como la estatura, es aceptada universalmente, ya que va a influir decisivamente en el rendimiento, el estudio de la composición corporal, especialmente del porcentaje graso, la masa libre de grasa, el método más común para estimar el exceso o déficit en la adiposidad corporal es el índice de masa corporal (IMC) es un aspecto clave en la determinación del estado nutricional de los jóvenes. Los parámetros antropométricos de un deportista se han considerado siempre como factores clave del éxito deportivo. Diversos estudios han demostrado que, a igualdad de condiciones de entrenamiento físico, tanto desde el punto de vista cuantitativo como cualitativo, los mejores resultados deportivos corresponden a aquellos sujetos con unas condiciones estructurales más favorecedoras para la práctica del deporte en cuestión, considerando las características antropométricas tales como la talla, peso, porcentaje graso y el IMC. Por ello el objetivo del presente trabajo es describir las características de talla, peso, %graso, IMC en jugadores de Voleibol de sala para ello participaron voluntariamente 58 voleibolistas varones entre 17 y 25 años ($M = 21.68$, $DT = 2.27$) y pertenecientes a seis diferentes equipos representativos, a quienes se les midió la talla con un estadiómetro de pared seca 213 precisión 1mm; el peso y porcentaje de grasa con la Tanita BF-522, y se calculó el IMC, estas

mediciones se obtuvieron previo a la competencia. Los resultados mostraron que los sujetos tuvieron una media de talla de 1.80 metros ($DT = .08$); un peso promedio de 79.23 kg. ($DT = 11.57$); un porcentaje graso promedio de 11.11 ($DT = 3.83$); y un IMC promedio de 24.14 ($DT = 2.76$), lo que significa que la estatura, el peso, %graso e IMC son significativamente relevantes al comparar las características antropométricas de los jugadores de voleibol de los seis equipos participantes, el ANOVA de un factor mostró que los equipos difieren significativamente en la estatura ($F = 3.31$, $p = .01$); estas diferencias se dan particularmente entre los equipos Tec. Madero y UANL tigres ($p = .017$) siendo los de UANL tigres significativamente más altos ($M = 1.87$ metros, $DT = .07$) con respecto a Tec. Madero ($M = 1.75$ metros, $DT = .07$), para el resto de variables los equipos no difieren significativamente. Esto nos invita a pensar que las evaluaciones antropométricas específicamente la estatura tiene relevancia en el voleibol y es considerada como indicador selectivo.

DETERMINACION DE SARCOPENIA MEDIANTE PRUEBAS FÍSICAS EN ADULTOS MAYORES DE LA COMUNIDAD

**Miriam Castillo Zarate, María Cristina Enríquez
Reyna, y Rosa María Cruz Castruita**

**Facultad de Organización Deportiva, Universidad
Autónoma de Nuevo León**

La sarcopenia puede provocar disminución de la fuerza e incremento del riesgo de caídas con afectación multifactorial al adulto mayor y su familia. Se conoce como sarcopenia al descenso en la masa muscular asociado con el envejecimiento y para su diagnóstico se pueden utilizar pruebas físicas de bajo costo —de acuerdo a el Grupo Europeo de Trabajo sobre Sarcopenia— mediante la medición de la fuerza, masa musculoesquelética y el rendimiento físico. También se estudia la circunferencia de la pantorrilla (CP) como posible indicador de la funcionalidad física en el adulto mayor. Debido a que no se tienen datos sobre la prevalencia de este padecimiento a nivel local, se propuso determinar la prevalencia de sarcopenia mediante pruebas físicas en adultos mayores de la

comunidad. Método. Estudio descriptivo correlacional. Se incluyeron 28 adultos de 60 a 70 años de edad afiliados a la casa club del abuelo DIF San Pedro. Se midió la fuerza de prensión manual con dinamómetro, se realizó análisis de bioimpedancia eléctrica con TANITA para estimar índice de masa musculoesquelética (IMME) mediante la fórmula de Janssen, se cronometró la velocidad de marcha (rendimiento físico) y se midió la CP en cm. Los datos se procesaron con el paquete estadístico SPSS versión 17 mediante estadística descriptiva y pruebas de correlación. Resultados. Se analizaron los datos de 19 mujeres de 75.4 años en promedio (DE = 7.5, rango = 64-84) y 9 hombres con promedio de 79.3 años (DE = 9.8, rango = 68-85). En mujeres se encontró un promedio de fuerza de 14.29 kg (DE = 6.5), IMME de 9.43 kg/m² (DE=2.4), velocidad de marcha de 1.55 m/s (DE = .37) y CP de 34.1cm (DE = 4.1). En hombres, el promedio de fuerza fue de 8.67 kg (DE = 4.1), IMME de 10.2 kg/m² (DE = 1.8), velocidad de marcha de 1.35 m/s (DE = .71) y CP promedio de 31.3 (DE = 1.9). Se encontraron cuatro casos de sarcopenia en mujeres y cinco en hombres en base a las pruebas físicas. Debido a que la distribución de los datos no fue normal, se utilizó correlación de Spearman. La sarcopenia se asoció con la fuerza ($r = -.713$, $p = .031$) y con la CP ($r = -.710$, $p = .032$). La edad y el IMME mostraron tendencia a la asociación ($r = -.687$, $p = .067$). Conclusiones. En esta muestra, las mujeres mostraron mayor fuerza, velocidad y circunferencia de pantorrilla. De acuerdo a las pruebas físicas, la prevalencia de sarcopenia fue mayor en los hombres lo que contrasta con lo señalado en la literatura. Es necesario analizar más datos para emitir recomendaciones al respecto.

FRECUENCIA CARDIACA, INTENSIDAD Y CONTEXTO DE LA CLASE DE EDUCACIÓN FÍSICA ANTES Y DESPUÉS DE UNA CAPACITACIÓN MEDIANTE EL SISTEMA SOFIT A ESTUDIANTES DE LICENCIATURA EN ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE

Javier Arturo Hall López, Paulina Yesica Ochoa Martínez, Luis Javier López Leal, y José Jesús Salazar Valdovinos.

Facultad de Deportes, Universidad Autónoma de Baja California.

En México se han realizado investigaciones utilizando el sistema para observar el tiempo de instrucción de actividad física SOFIT (System for Observing fitness and Instruction Time por sus siglas en ingles); mostrando una intensidad moderada a vigorosa por debajo del 50% de acuerdo a los estándares internacionales como la United States National Association for Sport and Physical Education (NASPE) y un contexto en el cual el administrar la clase conlleva gran parte de su totalidad, se percibió una gran cantidad de tiempo en que los alumnos permanecieron parados mientras el profesor organiza al grupo para participar, falta de material didáctico para tener más oportunidad de participar, largas filas en la organización y largos tiempos de transición entre las actividades. Concluyendo que la clase de educación física no se promueve la actividad física moderada a vigorosa y se requiere revisar la manera de impartirla. El objetivo de la presente investigación fue evaluar la frecuencia cardíaca, intensidad y contexto de sesiones de educación física dirigidas por estudiantes de licenciatura en actividad física y deporte, antes y después de una capacitación mediante el SOFIT. La presente investigación fue llevada a cabo mediante un diseño cuasi-experimental longitudinal, con muestreo no probabilístico por conveniencia, realizando una evaluación diagnóstica; una intervención mediante capacitación con contenidos de SOFIT y evaluación sumativa. Los sujetos participantes fueron 89 estudiantes de Licenciatura, a los que se